

CARTEL PARA IMPRIMIR

Las reglas de nuestra casa

15 ejemplos de normas para niños, un cartel para llenar en familia y otro ilustrado para los que todavía no leen. Pégalo en la nevera, a la altura de sus ojos.

1**Elige 3 o 4**

Un niño pequeño no puede cumplir quince normas a la vez. Marca en la página 2 las que más necesita tu casa y suma otras cuando esas ya salgan solas.

2**Dilas cortas**

«Los juguetes no se lanzan. Se ponen en la caja.» Con voz calmada y la misma frase cada día. Si hoy se puede y mañana no, el niño aprende a insistir.

3**Acuérdenlas juntos**

Desde los 3 años, pregúntale: «¿qué reglas ponemos para la hora de comer?». Que dibuje cada regla en el cartel de la página 3 y lo firme.

Edad	Cómo se pone el límite	Ejemplo
0 a 18 meses	Redirigir: alejarlo del peligro y ofrecerle otra cosa	Lo apartas del enchufe y le das un juguete
18 meses a 3 años	Frase corta y la misma respuesta siempre	«No se pega.» Usa el cartel ilustrado de la página 4
3 a 6 años	Explicar el porqué y acordar normas en familia	«No corremos adentro porque alguien se puede caer»
Más de 6 años	Conversar y acordar consecuencias	Acordar juntos a qué hora se apaga la consola

Cuando pierdas la calma, y a todos nos pasa, decir «me equivoqué cuando te grité, te pido disculpas» le enseña más sobre límites que cualquier cartel. Si los berrinches son muy intensos o el niño se hace daño, consúltalo con el pediatra.

15 reglas para la casa

Marca el cuadro de las que vas a usar. Son pocas a propósito: las que se cumplen siempre enseñan más que muchas que se cumplen a veces.

Seguridad



1. La estufa y los enchufes no se tocan.

☐

2. En la calle vamos de la mano.

☐

3. En el carro, siempre en la silla y con el cinturón puesto.

☐

4. Los medicamentos y los productos de limpieza solo los toca un adulto.

☐

Respeto



5. No se pega ni se muerde, ni a las personas ni a los animales.

☐

6. Los juguetes no se lanzan.

☐

7. Las cosas se piden por favor y se espera el turno.

☐

8. Cuando alguien habla, se le escucha.

☐

Rutina



9. A dormir a la misma hora todos los días.

☐

10. Se come sentado en la mesa.

☐

11. Antes de salir o de dormir se recogen los juguetes.

☐

12. Antes de comer nos lavamos las manos.

☐

Pantallas



13. La tele o la tableta se apagan a una hora fija, que el niño conoce de antemano.

☐

14. Nada de pantallas en la mesa ni en la cama.

☐

15. De 2 a 4 años, máximo 1 hora de pantalla al día (OMS, 2019). Antes de los 2 años, ninguna.

☐

Las reglas de la casa de _____

El niño dibuja, el adulto escribe la regla con una frase corta.

1

DIBUJA AQUÍ LA REGLA

2

DIBUJA AQUÍ LA REGLA

3

DIBUJA AQUÍ LA REGLA

4

DIBUJA AQUÍ LA REGLA

Lo acordamos en familia: _____

Nuestras reglas

Señala el dibujo y di la frase en voz alta, siempre igual.



En la calle, de la mano



**No se pega
ni se muerde**



**Los juguetes
van a la caja**



**Manos limpias
antes de comer**

Y DESPUÉS DE IMPRIMIR

¿Quieres saber cómo aprende tu hijo?

Cada niño tiene su manera de jugar y de aprender. Estas son dos formas de conocer la de tu hijo, sin costo.



Test de Inteligencias

8 preguntas sobre su forma de jugar. Al final ves su perfil según la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner (Harvard, 1983).

www.bebegenial.com/quiz



Habla con un asesor

Si quieres un plan para la edad de tu hijo, un asesor de Bebé Genial te orienta por WhatsApp.

[+57 316 206 9270](https://wa.me/573162069270)